

浅谈如何培养幼儿的自理能力

焦阳

(吉林省延吉市蓓蕾幼儿园 吉林 延吉 133000)

[摘要]自理能力是幼儿园小朋友学习的一项重要内容,是指在日常生活中照料自己生活的能力,简单的说就是自己照顾自己,在当今社会中国的孩子都是一个家庭的中心,家长都围着孩子转,衣来伸手,饭来张口,生活能力都在退化,这就导致小朋友在刚入园的时候不会自己吃饭、不会自己接水喝、不会穿脱衣服、不会自己洗手洗脸、上厕所等,做任何事情都需要老师的帮助才能完成,这样就会让孩子形成依赖,依赖慢慢就会成为懒惰,精神松懈,容易受他人左右,所以幼儿培养自理能力意义重大,养成良好的生活自理能力会使幼儿受益终身。

[关键词] 幼儿;自理能力

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6288.2021.04.2335

一、培养幼儿自理能力的目的

自理能力的强弱会直接影响孩子在幼儿园的生活,每一个幼儿都是一个独立的个体,每天成长,每天变化,每天都在自主学习一些能力,自理能力就是三到六岁的幼儿逐步学习的一项技能,通过《3-6岁儿童学习与发展指南》来看,3-4岁幼儿是在帮助下穿脱衣服或鞋袜,能将玩具和图书放回原处,对于刚入园的小朋友来说自理能力强的孩子会快速的适应幼儿园的集体生活,跟老师和同学们很好的相处,吃饭、喝水、上厕所、睡觉等等都能自己独立完成,在学校受表扬,回家就会开心快乐。自理能力弱的孩子很难适应幼儿园生活,吃不好、喝不好、穿不好、拉不好,缺乏安全感,因为在幼儿园处处受挫,回家就会没事找事,试图找回掌控感。自理能力是3-6岁幼儿后继学习和发展奠定良好素质的学习能力之一,自理能力的强弱从动手能力上也可以看出来。幼儿园小朋友们都有一双神奇的小手,他们利用自己的小手锻炼着自己的自理能力,所以在幼儿园,我们老师也会相对应的上一些手工课程,锻炼小朋友的动手能力,动手能力强,自理能力也会强。

二、培养幼儿自理能力的方法

1. 通过模仿培养孩子的自理能力

幼儿园的小朋友是非常喜欢模仿的,我们可以给小朋友讲他们比较感兴趣的故事来让他们融入情境中去,故事的内容是他们可以自己去做的一些事情。比如我们讲的故事内容是“小兔子学习叠衣服”,在故事的环节中就会有小兔子第一步把衣服铺平整,第二步是将袖子折叠到胸前,第三步是将身体的部分进行折叠整齐。小朋友就会模仿着小兔子的步骤进行操作,虽然不会太整齐,但是都是在一次次的学习中越来越好的。再比如小故事是“学习自己系扣子”,让小朋友自己去寻找衣服上的扣子和扣眼,跟随故事的进行,摸索系扣子的方法,既让小朋友在学习的时候不觉得过于枯燥,又让小朋友轻轻松松学会了一项生活技能。

2. 通过活动来发展自理能力

孩子在两岁的时候就有了自己进餐、喝水、穿衣服的愿望和能力,但是由于现在都是一家人围绕一个孩子生活,爷爷奶奶还有父母都不会让孩子自己去去做这些事情,都是在一手包办,代替孩子做事情,这样就会导致孩子在进入幼儿园的时候什么事情都做不到,但是面对这样的孩子我们也不能指责,我们更不能打击孩子的积极性,虽然他们做不好,但是也是在努力的去做,所以针对这种情况幼儿园会开展一系列的主题活动来引导孩子。比如在引导孩子吃饭方面,我们会开展《小河马吃饭》的活动,让小朋友知道饭要自己吃,不要大人喂。我们还会开展《自己上厕所》的活动,因为有的小朋友自己不能上厕所,自己也不会擦屁股,所以这些主题活动都是让孩子在玩乐的过程中学习一些基础的自理能力。我们还会开展一些有针对性的游戏来加强幼儿的手眼协调能力,比如:给小球分颜色,首先准备一箱子颜色不同的小球,再准备几个玻璃杯,让小朋友将箱子里的小球一样颜色的小球放到同一个玻璃杯中,在游戏中既让小朋友掌握了颜色的认知,又锻炼了小朋友的耐心,同时也给他们自己做事增加了信心。

3. 鼓励孩子自己的事情自己做

在幼儿园上学期间,每个班老师加上保育员一般也就三个人,老师的精力有限不会照顾到所有的小朋友,小朋友在日常生活中想要做一些事情而老师又没空给解决,就只能想办法参照别人或者别的小朋友做这件事情时的方法来解决,老师在幼儿不会操作的时候进行相应的指导即可。还有就是孩子自己能拿得动的东西,一定要让他自己拿,老师不要帮忙,而且要告诉他这是他自己的东西,所以要自己拿。在安全的情况下,孩子的全部事情都是可以让孩子去做的,成功带来的快乐也是可以翻倍的,不要催孩子时间长、速度慢,耐心指导一定好过全部包办,孩子学习自理都是从杂乱无章到从容有序的过程,在幼儿自理能力培养的道路上,老师要时时给予鼓励,让小朋友可以更有信心去完成这些事,甚至增加做其他事情的勇气,逐步养成自己的事情自己做的好习惯。

4. 家庭配合共同培养

幼儿园小朋友的自理能力是逐步形成的,他们在培养过程中行为起伏变化,表现不稳定,会影响他们自理能力的形成,影响他们行为习惯的因素有很多种,很重要的一种就是家庭方面的因素。培养良好的自理能力只靠幼儿园培养是不够的,在生活习惯培养方面家庭教育起到很大的作用。想要幼儿园的培养起到好的作用就需要家庭和幼儿园统一标准、统一要求,培养孩子养成良好的生活习惯,培养孩子自理能力。

5. 我们要学会坚持

任何事情都不是一朝一夕的结果,任何一种习惯都不是一天两天养成的,都是在反复操作反复实践的过程中不断培养起来的,想要培养孩子的自理能力,只有让孩子更多的参与到个人事务的处理中,才能更快的发展孩子的自理能力,在这个过程中,让孩子自己动手去做,自己去思考,自己去体验,自己去成长,我们只要做好幕后的把关者即可,这需要一个长期持续的训练过程,习惯养得好,终生受其福,好的习惯是在老师一点一滴的教育帮助下逐渐的形成的,幼儿的自理能力也是在老师的耐心帮助下培养起来的,培养自理能力看似简单,实则是我们和孩子长期共同努力下得出的结果。

三、结语

综上所述,幼儿自理能力的培养是幼儿教师工作中的重要内容,提高幼儿的自理能力非常重要,培养幼儿的自理能力不仅能促进身体大小肌肉群和动作协调性的发展,还有助于培养孩子独立自信不依赖别人的性格,培养自理能力能树立孩子的自信心,勇于面对困难,克服困难。所以在幼儿自理能力的培养上,我们要通过不懈的共同努力,采用正确的方式方法,让孩子在良好的环境中进行行为练习,让孩子在轻松愉快的氛围中学习自理能力。

参考文献

- [1] 蒋晓燕,张凤美.浅谈幼儿自理能力培养的途径和策略[J].当代学前教育.2019(01)
- [2] 袁萍.生活自理能力在幼儿成长中的作用[J].甘肃教育.2018(11)
- [3] 戴玉华.论幼儿自理能力的培养[J].吉林教育.2010(32)